



Ce Spécial est envoyé par courrier ou courriel à toute personne intéressée ou concernée, et par extension à tous les internautes.

IMPORTANT: nous avons à solutionner un problème d'Assurance Responsabilité Civile.

En attendant, toutes les activités proposées par GALA (Groupe Activités Loisirs de l'APHRAP) en 2009, seront strictement réservées aux membres à jour de leur cotisation et à leur conjoint. En effet nos statuts nous permettent de faire adhérer nos conjoints (même non anciens), moyennant une cotisation de 5 euros, ils pourront ainsi se joindre aux sorties organisées.

Ces dispositions s'appliquent dès la sortie qui vous est proposée dans ce « Spécial ».

Concernant les conjoints, il va de soi que pour les inscrire, il faut transmettre une cotisation supplémentaire de 5 euros.

SORTIE à LA COURONNE sur la COTE BLEUE

Le jeudi 24 septembre et le vendredi 25 septembre, venez retrouver l'esprit de vos vingt ans !

Une grande première vous est proposée par le Groupe Activités Loisirs : une sortie sur deux journées avec une nuit passée ensemble au centre d'accueil, pédagogique, culturel et sportif des Joncas à LA COURONNE, un centre posé au milieu des pins, à cinq cents mètres de la mer.

La plupart d'entre vous connaît sans doute CARRY le ROUET, SAUSSET, peut-être moins LA COURONNE ou CARRO, véritables bijoux de la COTE BLEUE. Aussi c'est l'arrière pays que nous allons vous faire découvrir, et il mérite vraiment le détour.

Ces deux journées à LA COURONNE poursuivent trois objectifs :

*D'abord que les « marcheurs » y trouvent leur compte, alors que les « non marcheurs » se trouvent dans le même temps concernés par d'autres activités.

*Ensuite que ces deux jours et cette soirée musicale et festive passés ensemble, permettent à tous de renforcer nos liens d'amitié dans un contexte nouveau.

*Enfin, que l'hébergement proposé ne déçoive pas trop les inconditionnels du Novotel et ravisse ceux qui restent nostalgiques des sorties en groupe de leur jeunesse. Un vrai retour aux sources, en somme...

Draps et couvertures sont fournis et chacun fait son lit à sa convenance !



Voici le Programme complet :

Jeudi 24 septembre :

9h 45 Rassemblement sur la grande place du village à LA COURONNE (Il n'y en a qu'une, après le rond point, à droite).

10 h Direction le centre d'accueil des Joncas, tous en groupe.

10h 15 Rassemblement des « marcheurs » dans un minimum de voitures et départ vers CARRY le ROUET.(Le parking à destination est vraiment exigü).

Ne pas oublier son pique nique sans parler des nombreux extra qui vont avec ...

10h 30 Nous vous proposons LE TOUR DU ROMARON

Découverte de la COTE BLEUE par les collines de CARRY le ROUET, bien au dessus du niveau de la mer.

Difficulté : **
Distance : 11 km
Dénivelé : 200 m
Durée : 3h 30

Il s'agit bien d'une marche de rentrée, parfaitement balisée, par des sentiers bien entretenus et de larges pistes par lesquels nous monterons tranquillement. Dans la pinède, nous croiserons des grottes après un escalier abrupt sur un soubassement de pierres.

Arrivés sur le plateau, une splendide vue nous attend sur MARSEILLE et les îles du FRIOUL alors que la table d'orientation est une aide précieuse pour repérer le PILON du ROY, l'ETOILE, le phare de PLANIER et bien d'autres.

Nous descendrons dans le vallon pour mieux remonter sur un immense plateau par une large piste au milieu d'une végétation typiquement méditerranéenne. Dans cette immensité, un sentiment de grande liberté se dégage, l'endroit idéal pour organiser le pique nique.

Puis ce sera le chemin du retour par un sentier qui descend brusquement au flan de la colline avec toujours au loin, bien présente, notre belle méditerranée.

16h 30 retour au centre des Joncas



Spécial 23: Balades

septembre 2009

Association des Anciens de Procida, Hoechst, Roussel, AgrEvo, ProdeTech
diffusion limitée



Installation dans les chambres, douche, prise en compte des lieux.

En même temps, le groupe des « non marcheurs » se voit proposer une grande journée plage avec au choix la plage de galets dans une crique très tranquille (à 500m des Joncas) ou la grande plage de sable, plus fréquentée (à 700 m des Joncas).

Pour tous de 17h 30 à 19h et selon la fatigue et l'envie de chacun, trois possibilités :

Pétanque sous les pins

Tennis sur les deux terrains annexes

Football sur un terrain de hand moqueté.

19 h apéritif

20 h repas

21h 45 soirée musicale et chantante sur la plage de galets avec la participation d'Hervé BERTOZZI, guitariste et chanteur que nous retrouverons avec un immense plaisir.

Entre 23h et 24 h possibilité d'aller dormir

Vendredi 25 septembre

8h30 à 9h 30 petit déjeuner

9h 30 départ de la marche depuis les Joncas jusqu'à la chapelle de Ste CROIX par le bord de mer. Passage par les anciennes carrières romaines. Si le soleil est de la partie, c'est une marche avec des points de vue sublimes, très facile et faisable par tous. (durée 2h environ)

12h apéritif

13h repas

14h 45 activités à la carte : boules, plage, tennis, football

17h clôture



Prix pour ces deux journées complètes :
45 euros par personne pour les membres de l'APHRAP et leurs conjoints
(Ce prix recouvre l'hébergement, 2 apéritifs, 2 repas, 1 petit déjeuner et l'accès à toutes les activités, le coût de l'animation musicale étant pris en compte par l'Association).

ATTENTION : Clôture des inscriptions : Le vendredi 18 septembre à midi impérativement.

Vos correspondants :

Afin d'organiser au mieux cette journée et en particulier le co-voiturage merci de nous informer de votre présence (et dans la foulée faites nous parvenir vos chèques) :

Par courrier : Bernard Dumarcher, 5 rue Payan, 13150 Tarascon

Par téléphone : 04 90 91 16 63 (B.Dumarcher) ou 04 66 59 38 05 (JC.Bonnet)

Par courriel : bernard.dumarcher@wanadoo.fr ou jcbonnet@orange.fr

par courrier : Gilbert Rols, 169 av.des Caillols, La Monette D, 13012 Marseille

Par téléphone : 04 91 93 35 20 (Gilbert Rols) ou 04 42 04 84 11 (Nadia Arpaja)

Par courriel : gilrols@aol.com ou nadia.arpaja@wanadoo.fr

Comment se rendre au point de RdV :

En provenance de Beaucaire :

Prendre la D15 Beaucaire-Fourques.

Franchir le pont sur le Petit Rhône.Au rond point, prendre la voie rapide Arles-Fos-Martigues.Sur le grand pont de Martigues, prendre la première sortie à droite et descendre jusqu'au feu. Au feu prendre à droite et suivre les panneaux La Couronne jusqu'à destination.

En provenance de Marseille

Prendre l'A55 Marseille-Martigues

Sortie Chateauneuf les Martigues/Carry le Rouet

Prendre la D9 Carry-Sausset-La Couronne-Carro et sortir à La Couronne

Siège : Le Parc aux Fontaines,Bât.5 - 38 boulevard du Redon - 13009 Marseille - Tél. : 06.22.21.43.21

E mail : association.aphrap@laposte.net

Responsable de la communication : Jean Michel VIGLIANO

Chargé de la Lettre : Jacques BARD

Responsable de la publication : Bernard LACHAMP